

Las distancias

Título: Las distancias. **Target:** Primaria. **Asignatura:** Comunicación. **Autor:** Juan Aragón Atencia, Maestro, especialidad CC. Sociales, Ed. Infantil, Ed. Primaria, Ed. Física y P.T., Funcionario del cuerpo de maestros.

Vivimos en una cultura visual completamente, desde el bombardeo de los anuncios hasta los distintos puntos de venta de un supermercado, desde la presentación de un discurso político hasta unos informativos de televisión. Todo nos entra por los ojos; el plato de la comida, la arruga en el pantalón de la persona que se acaba de sentar a nuestro lado en el vagón de metro. Sin hablar de carteles y escaparates.

Pero dentro de lo tan acostumbrados que estamos con esta época tan de ver suspendemos de forma clara en los aspectos comunicativos básicos. Solamente un siete por ciento de la comunicación que hacemos de forma habitual es a través del lenguaje oral, lo demás son formas de comunicación no verbal. Y sin embargo sentimos verdadera fascinación por la comunicación exclusivamente del lenguaje. Obviamos de forma descarada la importancia del gesto, la posición corporal y las actitudes, cuando son en gran medida los grandes comunicadores. Somos capaces de creernos cualquier cosa que diga la boca, incluso sabiendo que cada diez minutos mentimos una media de tres veces (la mentira tiene muchos sentidos y a veces son omisiones). Luego no sería, por matemáticas, más rentable fijarnos un poco más en los distintos aspectos comunicativos que no solo y exclusivamente en la palabra.

Existe un aspecto fundamental en las relaciones que tenemos con los demás, es el espacio. Un espacio imaginario que nos rodea y en el que nos sentimos cómodos y al que solo dejamos pasar a las personas con las que tenemos más confianza e íntimos, sintiéndonos atacados si lo hace un extraño.

Estas distancias son culturales y dependen mucho de la aglomeración de personas donde se vive. Un japonés tiene un espacio personal mucho más pequeño que un australiano, admite una distancia menor cuando se está relacionando. Lo normal es que en las ciudades japonesas los espacios son muy reducidos, mientras que en Australia los espacios son enormes, el número de habitantes por kilómetro cuadrado. Un japonés se sentirá más cómodo en menor distancia a la hora de relacionarse que un australiano acostumbrado a sus convecinos a mucha distancia.

El Vals del japonés y el americano. Si se ponen a hablar un japonés y un americano en una fiesta el primero se acercara mucho al segundo, este incomodo se irá separando hacia atrás de forma muy discreta, mientras que el japonés le irá siguiendo y así irán uno medio huyendo y el otro intentando acercase más. Lo importante es que el japonés pensará de su interlocutor que es muy frío y distante, mientras que el americano pensará del otro que es un pesado. Es importante el aspecto distancia en las relaciones personales.

De forma práctica y para el colegio, esta distancia se reduce en las ciudades, mientras que en los pueblos se ampliará. A la hora de hablar con los padres de forma personal, los padres que viven en pueblos se mantendrán de forma instintiva más lejos que los de la ciudad. Eso no quiere decir que sientan animadversión o enemistad hacia nosotros. Un ejemplo típico a la hora de echar la mano el padre de ciudad adelantará un pie como nosotros para acercarse. Mientras el padre de pueblo pegará los dos pies al suelo e inclinándose mucho a la vez que alarga el brazo. De esta manera este padre no es que quiera mantener las distancias por algo negativo, es que su espacio personal es mucho más amplio, se siente incomodo más cerca, está acostumbrado a mucho espacio, campo. Incluso una forma muy común en los pueblos es saludarse desde lejos levantando una mano y de forma oral también, la mayoría de las veces para no acercarsen.

Existen cuatro zonas o espacios:

- Zona íntima:

Varía entre los 15 y los 45 centímetros.

Se caracteriza por que solo le dejamos pasar a las personas muy cercanas, familiares próximos, pareja... Si alguien ajeno a este ámbito penetra en él nos sentiremos incómodos y seguramente nos pongamos a la defensiva.

- Zona personal:

Suele variar entre los 46 y los 122 centímetros.

Es la distancia que mantenemos en fiestas y reuniones de conocidos.

- Zona social:

La distancia varía entre los 122 y los 370 centímetros.

Nos referimos cuando viene el fontanero a casa, la cajera del supermercado, el cartero..., es con gente que desconocemos y en cierto modo estamos a la expectativa.

- Zona pública:

La distancia es superior a 370 centímetros.

Es la distancia que nos mantiene cómodos cuando nos enfrentamos a grupos numerosos.



Esto que parece discutible es muy importante a la hora de relacionarnos con los demás. El cartero alargará el certificado que lleva en la mano, no se nos ocurriría imaginar lo incómodos que nos sentiríamos si de repente el cartero invadiese nuestra zona íntima, o el mecánico nos diese un abrazo cuando nos presenta la factura.

En sitios como en casa, los espacios que rutinariamente ocupamos son respetados por los demás, en el colegio un alumno no se sienta en nuestra mesa salvo que por alguna razón se lo digamos nosotros. Nos sentamos siempre en la misma silla para comer, en la misma zona en el bar, preferimos ir por unas calles antes que por otras. Todo esto ha sido una adaptación que a base de probar y probar hasta que nos acostumbramos.

Las distancias en un espacio como es el coche se amplía mucho debido al movimiento en él. Lo que pasa en un atasco es básicamente que además de perder tiempo nos sentimos intimidados porque nos controlan los que tenemos alrededor, el espacio del coche pegado al otro coche nos resulta incómodo.

A veces, por situación nos vemos obligados a invadir y nos invaden nuestro espacio personal, en el ascensor, en la cola del banco. Son situaciones en las que ves a los demás con cara de póquer, brazos cruzados y piernas muchas veces. Es una manera de hacer más larga la tediosa espera, se nos hace más complicado

esperar. Cuando hay alcohol en zonas de copas este motivo junto a la desinhibición es la que provoca muchas situaciones violentas, como en conciertos y manifestaciones.

Luego el espacio es muy importante a la hora de relacionarnos con los demás. De forma instintiva y a base de probar y equivocarnos llegamos a adultos controlando estos aspectos perfectamente.

Incluso “nuestra clase”, algo que suena tan personal y que todos sabemos que no es así. Cuando entra alguien enseguida nos levantamos de la mesa y nos dirigimos hacia el intruso de una forma territorial.

Los niños y es donde queríamos llegar, son excesivamente intuitivos y pasan por una serie de estadios en los que estos aspectos van desarrollándose hasta el final de la primaria.

Los niños de infantil y primero (salvo los más adelantados por evolución) carecen de esos aspectos de intimidad y zonales, no se molestan si cualquiera les invade sus espacios. Les da igual. En segundo es cuando ya se pueden observar cómo van marcando las distancias, sobre todo entre niños y niñas. Pero es a partir de cuarto cuando a base de probar llegan a esas zonas que de forma instintiva. En la adolescencia se exagerarán, volviendo más tarde a la normalidad.

Los demás controlamos las distancias de los demás de la misma manera que ellos lo harán, a base de probar, por vergüenza, por necesidad de acercarnos a los amigos, al mantenerla por respeto a nuestro maestro como después nosotros la mantendremos ante el médico o el guardia civil.

Si observamos bien, este detalle nos dirá si un par de niños han discutido, la afinidad, si se siente triste (buscará alejarse de los demás). También la forma de ser, confiados, amigables, si tienen miedo. Todo solamente observando un poco. Deberíamos fijarnos más e intentar explicar las razones por las que hacemos las cosas y hacer algo menos de caso a las palabras y sus intenciones.



Bibliografía

- El lenguaje del cuerpo, Allan y Barbara Pease- 2006.
- La comunicación no verbal, Flora Davis- 2012.
- Cómo detectar mentiras en los niños, Paul Ekman- 2010.